

PENERAPAN TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI LANSIA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI PANTI BUDI SOSIAL

ZULLIA AGUSTIA WATI¹, AFIF D ALBA²

Pendidikan Profesi Ners, Institut Kesehatan Mitra Bunda^{1,2}
watizullia@gmail.com¹, afifdalba@gmail.com²

Abstract: *Type 2 Diabetes Mellitus is a chronic disease characterized by elevated blood glucose levels resulting from insulin resistance or inadequate insulin production. One of the interventions to address increased blood glucose levels is reflexology massage therapy, a complementary therapy that serves as an alternative treatment approach. Reflexology massage therapy is a complementary intervention that integrates various nursing techniques, including relaxation, touch, and distraction techniques. The purpose of this study was to provide gerontological nursing care, a patient with Type 2 Diabetes Mellitus, through the application of foot reflexology massage therapy at Panti Werda Budi Sosial, Batam City. The method was a case study encompassing nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The results of the case study revealed a reduction in the patient's blood glucose levels. After receiving foot reflexology massage therapy for three sessions of 30 minutes each over three consecutive mornings, the patient's blood glucose levels decreased from 203 mg/dL on the first day, to 190 mg/dL on the second day, and 162 mg/dL on the third day. These findings indicate that foot reflexology massage therapy has a significant effect on lowering blood glucose levels and alleviating acute foot pain in patients with Type 2 Diabetes Mellitus.*

Keywords: *Diabetes Mellitus Type II, Elderly, Foot Reflexology Massage*

Abstrak: Diabetes melitus tipe 2 adalah penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah dalam tubuh akibat resistensi insulin atau produksi insulin yang tidak adekuat. Salah satu tindakan untuk mengatasi terjadi peningkatan kadar gula darah yaitu dengan melakukan terapi pijat refleksi, terapi komplementer ini merupakan salah satu pendekatan pengobatan alternatif. Terapi pijat refleksi merupakan satu terapi komplementer yang menggabungkan berbagai teknik dalam keperawatan seperti teknik relaksasi, sentuhan dan teknik distraksi. Tujuan penelitian ini untuk memberikan Asuhan Keperawatan Gerontik Diabetes Mellitus Tipe II pada Ny. T dengan Penerapan Terapi pijat refleksi kaki Di Panti Werda Budi Sosial tahun Kota Batam. Metode yang digunakan Adalah studi kasus yang dilakukan diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan. Hasil penelitian studi kasus yang dilakukan pada pasien didapatkan adanya penurunan kadar glukosa darah pasien Dimana setelah diberikan terapi pijat refleksi kaki selama 3 x 30 menit dalam kurun waktu 3 hari dipagi hari didapatkan penurunan kadar glukosa darah dari hari pertaman gula darah pasien 203 mg/dL, hari kedua 190 mg/dL dan hari ketiga 162 mg/dL. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi pijat refleksi kaki sangat berpengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien dan menurunkan nyeri akut pada kaki pasien yang menderita diabetes mellitus tipe II.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus Tipe II, Lansia, Pijat Refleksi Kaki

A. Pendahuluan

Lanjut usia akan mengalami banyak perubahan fisik maupun mental dan juga mengalami kemunduran beberapa fungsi kemampuan yang dimilikinya, sehingga perubahan fungsi tubuh diantaranya adalah daya ingat, pendengaran, penglihatan, kelemahan otot, perasaan kognitif, psikososial, spiritual dan tampilan fisik serta disfungsi

biologis (Putri *et al.*, 2022). Menua merupakan proses hidup yang panjang dan tidak bisa dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan dan menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang akan melewati tiga tahap dalam kehidupan yaitu masa anak, masa dewasa dan juga masa tua (Aprilia Rahma Nabila & Zauhani Kusnul, 2024).

Proses penuaan penduduk (ageing population) menjadi fenomena yang tidak dapat dihindari di seluruh dunia termasuk di Indonesia. Secara global, setiap negara di dunia telah mengalami peningkatan angka harapan hidup yang signifikan sejak tahun 1950. Tahun 2015, jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas mencapai 12,3% dari populasi global dan pada tahun 2050 jumlah tersebut diproyeksikan melonjak hampir 22% (statistik, 2023). Struktur penduduk dapat dikatakan penduduk tua apabila proporsi lansia 60 tahun ke atas sudah mencapai 10% atau lebih. Indonesia saat ini telah berada pada struktur penduduk tua (ageing population), bahkan Indonesia sudah memasuki ageing population sejak tahun 2021. Persentase lansia Indonesia mengalami peningkatan setidaknya 4% selama lebih dari satu dekade (2010- 2022) sehingga menjadi 11,75%. Umur harapan hidup juga meningkat dari 69,81 pada tahun 2010 dan menjadi 71,85 pada tahun 2022 (statistik, 2023).

Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, terutama pada tubuh, jaringan, dan sel, yang menurunkan kemampuannya untuk berfungsi. Penuaan pada manusia dikaitkan dengan perubahan degeneratif pada kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf, dan jaringan tubuh lainnya. Kemampuan regeneratif lansia terbatas dan rentan terhadap berbagai penyakit (Munawaroh, 2021). Berdasarkan *National Council On Aging* (NCOA, 2024) terdapat 10 penyakit kronik terbanyak pada lanjut usia yaitu, hipertensi 61%, kolestrol 55%, obesitas 30%, arthritis 51%, penyakit jantung iskemik 16%, diabetes mellitus 24%, kanker 25%, depresi 16%, COPD 12%, dan asma 9%.

Salah satu penyakit yang sering diderita lansia yaitu diabetes mellitus yang berada pada urutan ke enam penyakit terbesar di dunia, sebagaimana yang telah dijelaskan pada paragraph sebelumnya. Diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia dan hemoglobin glikosilasi tinggi dengan atau tanpa glikosuria. Gangguan metabolisme glukosa (GMD) disebabkan oleh efek sekresi insulin oleh pankreas, aksi insulin pada jaringan target (atau resistensi insulin. Diabetes mellitus merupakan masalah serius dalam kesehatan masyarakat, dan salah satu dari sepuluh prioritas penyakit tidak menular yang menjadi perhatian dunia (Chentli, 2022).

Menurut (IDF, 2021) (*International Diabetes Federation*) pada tahun 2021, mencapai 537 juta orang usia dewasa (20-79 tahun) yang menderita diabetes melitus dan diperkirakan akan mencapai 643 juta jiwa pada tahun 2030 dan terus meningkat hingga 783 juta jiwa pada tahun 2045. Indonesia menempati peringkat kelima negara dengan jumlah penderita diabetes melitus terbanyak di dunia setelah China, United States, Brazil, India dan Mexico. Di Indonesia, deteksi dini diabetes mellitus dilakukan dengan melakukan pemeriksaan gula darah pada penduduk usia ≥ 50 tahun yakni sebanyak 95.900.441 orang. Cakupan deteksi dini diabetes 3 mellitus sampai dengan bulan Juni 2023 adalah sebanyak 13.470.556 orang (14,05%). Provinsi Nusa Tenggara Barat memiliki cakupan deteksi dini diabetes mellitus tertinggi (55,86%), diikuti Gorontalo (48,42%) dan Kalimantan Timur (22,37%). Kepulauan Riau menempati urutan ke 26 sebanyak 6,57% (Kemenkes RI, 2023).

Prevalensi penderita Diabetes Mellitus di provinsi Kepulauan Riau mengalami peningkatan dari tahun 2017 sampai 2019 dari 424 juta jiwa ke 463 juta jiwa. Kepulauan Riau terdiri dari 5 kabupaten dan 2 kota jumlah Diabetes mellitus posisi pertama di Kota Batam (20.111) jiwa, Kota Tanjung Pinang (3.970) jiwa, Kabupaten Karimun (3.291) jiwa, Kabupaten Bintan (3.047) jiwa, Kabupaten Natuna (1.146) jiwa, Kabupaten Kepulauan Anambas (941) jiwa, dan Kabupaten Lingga (710) jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Riau,

2022). Dinas Kesehatan Kota Batam tahun 2024 didapatkan data laporan survei lansia kasus PTM terdapat 10 penyakit dikota Batam yaitu Nasofaringitis akut, esential hypertension, dyspepsia, ispa, DM, demam tidak terinfeksi, diare, batuk, mylgia, gastritis. Diabetes Mellitus tipe 2 berada di peringkat ke-5 dari 10 penyakit terbanyak dengan jumlah 3713 lansia (Dinkes Kota Batam, 2024).

Dari Panti Yayasan Budi Sosial Kota Batam Tahun 2025 didapatkan 8 penyakit di panti yaitu Hipertensi 14 lansia, diabetes mellitus 10 lansia, asam urat 7 lansia, gangguan pendengaran 7 lansia, inkontinensia urine 5 lansia, insomnia 3 lansia, stroke 2 lansia. Berdasarkan data tersebut DM urutan ke 2 penyakit tertinggi di panti yayasan budi sosial kota batam tahun 2025. Diabetes Mellitus adalah salah satu penyakit tidak menular, klasifikasi diabetes mellitus dibedakan menjadi 2 tipe yaitu, Diabetes Mellitus tipe 1 (Insulin Dependent diabetes Mellitus) dan Diabetes Mellitus tipe 2 (Non insulin Dependent Diabetes Mellitus) (Nurarif & Kusuma, 2015). Diabetes mellitus terjadi akibat kekurangan produksi insulin oleh sel beta di pankreas, atau dari ketidakmampuan sel-sel tubuh untuk menggunakan insulin. Ketika glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel tubuh dan tetap dalam aliran darah, maka akan mengakibatkan terjadinya hiperglikemia. Sekresi glukagon abnormal mungkin juga berperan dalam diabetes mellitus tipe 2 (Pouwer & Speight, 2019).

Peningkatan kadar glukosa darah disebut Hiperglikemia adalah suatu kondisi medis berupa peningkatan kadar glukosa darah melebihi normal yang menjadi karakteristik beberapa penyakit terutama diabetes mellitus Kriteria diagnostik untuk diabetes mellitus yaitu glukosa plasma sewaktu merupakan hasil pemeriksaan sesaat pada suatu hari tanpa memperhatikan waktu dengan gejala klasik DM nilai glukosa darah sewaktu >200mg/dl (11,1 mmol/L), gejala klasik DM+glukosa plasma puasa yang diartikan pasien tidak mendapat kalori tambahan sedikitnya 8 jam dengan nilai >126mg/dl (7,0 mmol/L), glukosa plasma 2 jam pada TTGO (Tes Toleransi Glukosa Oral) >200mg/dl (11,1 mmol/L) (Adi, 2019a).

Penatalaksanaan untuk diabetes mellitus dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis. Terapi farmakologis dari obat oral dan bentuk suntikan. Obat antihiperglikemia oral dibagi menjadi 5 golongan : pemacu sekresi insulin (insulin secretagogue; seperti sulfonyleurea dan glinid), peningkat sensitivitas terhadap insulin, seperti metformin dan tiazolidindion (TZD), penghambat absorpsi glukosa di saluran pencernaan, seperti penghambat alfa glucosidase, penghambat DPP-IV (Dipeptidyl Peptidase-IV), seperti sitagliptin dan linagliptin, penghambat SGLT-2 (Sodium Glucose Co- transporte 2), seperti canagliflozin dan empagliflozin, dan terapi nonfarmakologis untuk penderita diabetes mellitus yaitu, 1) Edukasi dengan tujuan promosi hidup sehat, 2) Terapi nutrisi medis perlu diberi mengenai pentingnya keteraturan jadwal makan, jenis dan jumlah kandungan kalori, terutama pada mereka yang menggunakan obat terapi insulin, 3) Latihan fisik selain untuk menjaga kebugaran juga dapat menurunkan berat badan dan memperbaiki sensitivitas insulin, sehingga 5 akan memperbaiki kendali glukosa darah (Purwakanthi *et al.*, 2020).

Menurut Menteri Kesehatan dalam rapat *Ministry Of Health Singapore* (MOH, 2021) mengakui bahwa gaya hidup merupakan penentu utama diabetes. Intervensi yang direncanakan oleh Menteri Kesehatan yaitu, Intervensi gaya hidup, dalam bentuk promosi pola makan dan aktivitas fisik yang lebih sehat, pemeriksaan, dan penanggulangan faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti pengendalian tembakau, alkohol, dan gula merupakan landasan pencegahan dan pengelolaan penyakit diabetes mellitus yang efektif.

Salah satu latihan fisik yang bisa dilakukan penderita diabetes mellitus adalah terapi pijat refleksi kaki diabetes mellitus. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mardiana, 2021) dengan judul “Efektifitas Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus” dengan hasil

penelitian didapatkan bahwa ada perbedaan kadar glukosa antara penderita diabetes yang melakukan pijat refleksi dengan yang tidak pijat refleksi. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pijat refleksi efektif dalam mengendalikan kadar glukosa darah penderita diabetes.

Hasil penelitian menurut (Afira *et al.*, 2021a) “ Pemberian Pijat Refleksi Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Dengan Masalah Keperawatan Ketidak Stabilan Kadar Gula Darah Di Tiyuh Dayaasri Tumijajar Tulang Bawang Barat” didapatkan hasil Terdapat penurunan gula darah pada klien diabetes melitus setelah pemberian terapi pijat refleksi selama 3 hari di Tiyuh Dayaasri Tumijajar Tulang bawang barat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Garcia *et al.*, 2017) setelah dilakukan terapi pijat refleksi kadar gula darah klien mengalami penurunan. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan pijat refleksi pada dua orang pasien diabetes mellitus selama kurang lebih 3 (tiga) hari terbukti mampu menurunkan kadar gula darah.

Pijat Refleksi kaki adalah salah satu terapi komplementer yang menggabungkan berbagai teknik dalam keperawatan seperti teknik relaksasi, sentuhan dan teknik distraksi. Pijat refleksi juga merupakan stimulasi pada kulit dengan menggunakan berbagai tingkatan tekanan tangan untuk meningkatkan sirkulasi dan dapat membuat rileks (Sari *et al.*, 2022). Tujuan Terapi Pijat Refleksi : Untuk melancarkan sirkulasi darah dengan efek yang terdapat dikaki sehingga didalam darah tidak terjadi endapan gula dan darah yang membawa oksigen dan nutrisi. Untuk menstabilkan kadar gula dalam darah dan mengurangi rasa baal dan kesemutan serta mendapatkan suplai oksigen yang cukup (Afira *et al.*, 2021).

Kaki diabetes adalah salah satu komplikasi DM yang paling ditakuti. Salah satu tindakan yang harus dilakukan dalam perawatan kaki untuk mengetahui adanya kelainan kaki secara dini dengan melakukan terapi pijat refleksi kaki. Terapi pijat refleksi kaki menjadi salah satu alternatif bagi klien untuk meningkatkan aliran darah dan memperlancar sirkulasi darah, hal ini membuat lebih banyak jalan kapiler terbuka sehingga lebih banyak reseptor insulin yang tersedia dan aktif sehingga menurunkan kadar glukosa darah. Kondisi ini akan mempermudah saraf menerima nutrisi dan oksigen yang mana dapat meningkatkan fungsi saraf (Selviana *et al.*, 2022).

B. Metodologi Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode kasus dengan fokus pada seorang lansia penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Panti Budi Sosial. Sumber informasi dalam tahapan pengkajian diperoleh melalui beberapa metode, yaitu: wawancara dengan pasien, observasi terhadap fasilitas panti, pemeriksaan fisik pada pasien, serta data sekunder seperti catatan medis pasien.

C. Hasil dan Pembahasan

Analisa Pengkajian Keperawatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ny. T didapatkan keluhan badannya lemas, dan sering merasa haus dan lapar, klien juga mengatakan gula darahnya meningkat lagi. Klien Mengatakan bahwa klien sempat mendapatkan obat metformin 500mg 3x1, klien mengatakan tidak ada mengkonsumsi obat gula, Klien mengatakan memang tidak mengontrol gula darahnya sehingga mengakibatkan terjadinya ketidakstabilan kadar glukosa darah yang sudah berlangsung lama. Klien mengatakan tidak menjaga diet. Dari hasil pengkajian masalah pertama yang dialami Ny. T klien tampak lemah, Klien Mengatakan bahwa klien sempat mendapatkan obat metformin 500mg 3x1, klien mengatakan tidak ada mengkonsumsi obat gula, kesadaran composmetis, hasil kadar gula darah 2 jam setelah makan 203 mg/dL. Hal ini sesuai dengan tanda dan gejala ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemia

(D.0027).dimana tanda dan gejala mayor subjektif mengeluh Lelah dan lesu, tanda dan gejala objektif adalah kadar glukosa darah tinggi, serta tanda dan gejala minor subjektif klien sering merasa haus.

Hasil penelitian yang disampaikan oleh (Aprilia Rahma Nabila & Zauhani Kusnul, 2024) tentang "Asuhan Keperawatan pada Pasien Diabetes Mellitus dengan Penerapan Terapi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Diruang Seruni Rsud Kabupaten Tangerang" Didapatkan hasil pengkajian klien menggunakan Cek Gula darah sewaktu,sebelum diberikan terapi refleksi pijat kaki 325 mg/dL seteahl diberikan terapi refleksi 119 pijat kaki 297 mg/dL. Dan hasil pengkajian Klien mengeluh tangan dan kaki sering kebas, klien tampak lemah, pengobatan yang tidak teratur dan kadar glukosa darah meningkat. Pada Studi kasus hasil Analisa data pengkajian yang telah dilakukan oleh peneliti, asumsi dari peneliti melihat bahwa tanda dan gejala yang ditemukan Ny. T dari hasil pengkajian disimpulkan bahwa tanda dan gejala pada klien dengan Diabetes Mellitus Tipe II yang peneliti kaji bahwa adanya kesamaan dengan proses asuhan teori yang ada.

Analisa Diagnosa Keperawatan. Berdasarkan pengumpulan data dalam pengkajian yang telah dilakukan, maka langkah selanjutnya adalah merumuskan diagnosa keperawatan. Adapun diagnosa keperawatan yang penulis rumuskan berdasarkan data subjektif dan objektif yaitu Diagnosa Keperawatan yang pertama yaitu Ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan Hiperglikemia, data yang memperkuat penulis mengangkat diagnose tersebut adalah data subjektif, Ny. T klien mengatakan badannya terasa lemas, sering merasa haus dan sering merasa lapar, dan klien mengatakan memiliki Riwayat Diabetes Mellitus dari 5 tahun lalu, objektif : klien tampak lemas, kesadaran klien composmentis, hasil pemeriksaan gula darah 2 jam setelah makan 203 mg/dL.hal ini sesuai dengan tanda dan gejala ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemia berdasarkan SDKI Dimana tanda dan gejala mayor subjektif : Lelah atau lesu, dan objektif kadar glukosa darah tinggi, gejala dan tanda minor subjektif: sering merasa haus. Hasil Penelitian yang disampaikan oleh (Garcia et al., 2017) tentang "Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Meliitus dengan Penerapan Terapi Pijat Refleksi Kaki untuk menurunkan Kadar Glukosa Darah Diruang Seruni Rsud Kabupaten Tangerang" Dimana peneliti menegakkan satu diagnosa utama yaitu Ketidakstabilan kadar glukosa darah diikuti dengan diagnosa pendukung yaitu Nyeri akut dan gangguan mobilitas fisik.

Analisa Intervensi Keperawatan. Intervensi keperawatan utama yang dilakukan pada Ny. T yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemia pada saat dilakukan terapi pijat refleksi kaki setiap pagi hari pada klien untuk mengontrol dan mengurangi kadar glukosa darah. Tatalaksana yaitu dengan persiapan alat (rendaman air hangat, oleskan minyak atau lotion, kemudian pijat di titik refleksi kaki dengan durasi waktu 30 menit, dapat dilakukan dengan posisi duduk dikursi dan duduk bersandar yang memungkinkan klien dapat melakukan terapi pijat refleksi kaki. Intervensi keperawatan yang dilakukan oleh peneliti sejalan dengan intervensi keperawatan yang dilakukan oleh (Resi Purwati dkk, 2024) tentang "asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dengan penerapan terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan kadar glukosa darah diruang seruni Rsud Kabupaten Tangerang" terapi pijat refleksi kaki mampu menurunkan kadar glukosa darah karena membantu meningkatkan sirkulasi darah di kaki dan bebas gula dan endapan darah yang membawa oksigen dan nutrisi dari terapi refleksi kaki akan menurunkan aktivitas produksi HPA(Hipotalamik-Pituitary-Adrenal)Axis akan merangsang pituitary anterior untuk memproduksi ACTH menjadi menurun, sehingga menekan pengeluaran epinefrin dan menghambat konversi glikogen menjadi glukosa, dengan menurunnya krtisol akan menghambat metabolisme glukosa.

Berdasarkan intervensi yang dilakukan pada Ny. T dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah melakukan Teknik refleksi kaki dapat dilakukan Dimana saja baik

duduk bersandar, baring yang akan memberikan efek mengontrol dan menurunkan kadar glukosa darah serta mengurangi kecemasan. Berdasarkan uraian diatas asumsi dari peneliti dapat disimpulkan bahwa adanya kesamaan dengan proses asuhan yang ada antara intervensi oleh penelitian sebelumnya. Dimana terapi pijat refleksi kaki dapat menurunkan kadar glukosa darah

Analisa Implementasi Keperawatan. Implementasi yang dilakukan hari pertama untuk diagnose ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemia yaitu tindakan observasi mengidentifikasi penyebab hiperglikemia, mengidentifikasi situasi yang menyebabkan kebutuhan insulin meningkat, memonitor kadar glukosa darah, memonitor tanda dan gejala hiperglikemia, tindakan terapeutik mengkonsultasikan dengan medis jika tanda dan gejala hiperglikemia memburuk, tindakan edukasi menganjurkan pasien menghindari olahraga saat glukosa darah lebih dari 250 mg/dL, tindakan kolaborasi mengkolaborasi pemberian insulin. Setelah dilakukan implementasi pada hari ketiga yaitu memonitor kadar glukosa darah dan keluhan lainnya untuk memfasilitasi klien untuk tetap melakukan gaya hidup sehat dan memberikan terapi pijat refleksi kaki untuk mengurangi kadar glukosa darah yang tinggi. Berdasarkan studi kasus yang dilakukan oleh (Mardiana, 2021b) yang berjudul “ Asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dengan penerapan terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan kadar glukosa darah diruang seruni RSUD kabupaten Tangerang” tindakan keperawatan yang dilakukan pijat refleksi kaki merupakan tindakan untuk mengatasi terjadinya peningkatan kadar gula darah dalam tubuh.

Analisa Evaluasi Keperawatan. Setelah dilakukan evaluasi hingga hari ketiga dengan diagnosa ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemia teratasi sesuai dengan kriteria hasil yang diharapkan dengan data subjektif : pasien mengatakan haus sudah berkurang, rasa lelah berkurang, rasa nyeri dibagian telapak kaki sudah berkurang , dan ingin terus melakukan pijat refleksi kaki karena memotivasi untuk sembuh. Dan data objektif: keadaan umum pasien sedang, kesaaran composmentis, hasil pemeriksaan glukosa darah post prandial 138 mg/dL, klien tampak kooperatif, ketika dilakukan terapi pijat refleksi kaki. Pada hasil evaluasi, asumsi peneliti melihat bahwa setelah diberikan intervensi terapi pijat refleksi kaki untuk masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah dan nyeri pada klien. Klien mengalami penurunan kadar glukosa darah berkurang selama 3 hari dari pemeriksaan awal 203 mg/dL menjadi 162 mg/dL terjadi penurunan sebanyak 41 mg/dL penerapan terapi pijat refleksi kaki dan nyeri berkurang. Hal ini didukung oleh kerja sama yang baik antara perawat Bersama klien menunjukkan penurunan kadar glukosa darah dan nyeri.

D. Penutup

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Ny. T selama tiga hari, yaitu pada tanggal 31 Juli hingga 2 Agustus 2025, dapat disimpulkan bahwa pasien berusia 78 tahun dengan riwayat Diabetes Mellitus Tipe II menunjukkan berbagai keluhan seperti tubuh terasa lemas, sering haus dan lapar, nyeri pada telapak kaki kiri, serta kesulitan mengontrol buang air kecil yang disertai dengan inkontinensia. Hasil pemeriksaan awal menunjukkan kadar gula darah 2 jam postprandial sebesar 203 mg/dL, dengan tekanan darah, nadi, pernapasan, dan suhu dalam batas normal. Berdasarkan pengkajian, ditetapkan tiga diagnosis keperawatan, yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemia, inkontinensia urine berhubungan dengan penurunan tonus kandung kemih, serta gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan nyeri akut. Intervensi keperawatan dilakukan dengan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (2018), khususnya melalui pengajaran pengelolaan diabetes dan penerapan terapi pijat refleksi kaki. Implementasi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 30 menit setiap

pagi. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan kadar glukosa darah yang signifikan, dari 200 mg/dL pada hari pertama menjadi 183 mg/dL pada hari kedua, dan turun lagi menjadi 138 mg/dL pada hari ketiga. Selain itu, pasien melaporkan berkurangnya rasa haus berlebihan dan frekuensi buang air kecil pada malam hari. Dengan demikian, penerapan terapi pijat refleksi kaki terbukti efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah serta membantu mengurangi keluhan nyeri akut pada pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe II, sehingga dapat dijadikan salah satu intervensi komplementer dalam asuhan keperawatan gerontik.

Daftar Pustaka

- Adi, S. (2019a). Buku Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia. *PB Perkeni*.
- Adi, S. (2019b). Buku Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia. In *PB Perkeni*.
- Afira, W., Furqoni, P. D., Elliya, R., Isnainy, U. C. A. S., Crisanto, E. Y., Novikasari, L., & Triyoso, T. (2021). Pemberian Pijat Refleksi Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Dengan Masalah Keperawatan Ketidak Stabilan Kadar Gula Darah Di Tiyuh Dayaasri Tumijajar Tulang Bawang Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(1), 26–30. <https://doi.org/10.33024/Jkpm.V4i1.2793>
- Aprilia Rahma Nabila, & Zauhani Kusnul. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 6(1), 18–25. <https://doi.org/10.53599/Jip.V6i1.100>
- Awang, H., Muda, R., Rusli, N., Abd Rahman, M. A., & Embong, K. (2022). Epidemiology Of Poor Glycaemic Control Among Patients With Type 2 Diabetes Mellitus In Terengganu State Of Malaysia. *European Journal Of Medical And Health Sciences*, 4(5), 89–94. <https://doi.org/10.24018/Ejmed.2022.4.5.1499>
- Dinkes Kota Batam. (2021). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (Lkjip).
- Eka Safitri, J., Ari Kurniyanti, M., Dwi Sulaksono, A., & Widyagama Husada, S. (2024). Studi Kasus : Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Lansia Dengan Diagnosa Diabetes Melitus Hiperglikemi. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 5(2), 112–119.
- Febby Febriany, F. F. (2023). Kualitas Hidup Peserta Prolanis Diabetes Melitus Tipe II: A Systematic Review. *Jurnal Jaminan Kesehatan Nasional*, 3(2), 56–64. <https://doi.org/10.53756/jjkn.v3i2.169>
- Garcia, A. R., Filipe, S. B., Fernandes, C., Estevão, C., & Ramos, G. (2017). Efektifitas Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Pstw Budi Luhur Yogyakarta.
- Hafisah, H. (2024). Peran Keperawatan Gerontik Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 3(1), 12–18.
- Istiqomah, & Masya, R. (2024). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Hiperglikemi Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(4), 1891–1896.
- Juwita, L., Prabasari, N. A., & Manungkalit, M. (2016). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Kadar Gula Darah pada Lansia dengan Diabetes (The Effect of Benson Relaxation Therapy towards Blood Glucose Level in Elderly with Diabetes). *Jurnal Ners Lentera*, 4(1), 6–14.
- Kemendes RI. (2020). Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa. 2, 1–9.
- Made, I. A. (2021). Buku Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri. *PB Perkeni*.
- Manullang, L. M., & Susanti, R. (2022). Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Nusantara Hasana Journal*, 2(2),

2–7.

- Mardiana, M. (2021). Efektifitas Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), 114–121. <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i1.7666>
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022a). Buku Ajar Keperawatan Gerontik batasan usia lanjut. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022b). Buku Ajar Keperawatan Gerontik batasan usia lanjut. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Putri, Y. D., Arini, L., Syarli, S., & Tarigan, R. N. A. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Lansia Diabetes Mellitus dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa. *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses Kajian Keperawatan)*, 1(1), 42–50. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakakeperawatan.v1i1.156>
- Sari, L. T., Wibisono, W., & Renityas, N. N. (2022). The Effectiveness of Reflexology Massage to The Reduction of Blood Sugar Level of Elderly with Type 2 Diabetes Mellitus. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 9(2), 142–147. <https://doi.org/10.26699/jnk.v9i2.art.p142-147>
- SDKI, SLKI, S. (2018). Penerapan SDKI, SLKI, SIKI dalam Pendokumentasian Asuhan Keperawatan.
- Selviana, Harmawati, Nurlina, & Aslinda. (2022). Penerapan Terapi Pijat Refleksi Kaki pada Pasien Diabetes Mellitus dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman. *Jurnal Mitrasehat*, 12(1), 65–70. <https://doi.org/10.51171/jms.v12i1.317>
- Shawputri, C. A., Lutfi, A. R., Fauziyyah, N. A., Ramadani, W. N., & Rejeki, D. S. S. (2024). Literature Review : Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe Ii Di Dunia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(4), 247–259.
- Soebagijo Adi Soelistijo. (2021). Buku Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Global Initiative for Asthma, 46.
- Sovita, I., & Rosa, M. L. (2022). Implementasi Terapi Pijat Refleksi Terhadap Pengendalian Glukosa Darah Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 Di Puskesmas Kalangan. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Sosial Budaya*, 1(1), 418–431.
- Yulistanti., Y. (2023). Buku Keperawatan Gerontik. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 1, Issue April).